Boletín Oficial de las Cortes de Castilla y León
XII Legislatura



# 4. IMPULSO Y CONTROL DE LA ACCIÓN DE GOBIERNO

## 470. Proposiciones No de Ley

**PNL/000389-01**

*Proposición no de ley presentada por los Procuradores D. Diego Vallejo Martínez, D. Javier García Martín, Dña. María Isabel Fernández Rodríguez, Dña. Aída Estrella Paredes García, D. Sergio García Herrero, Dña. Paloma Ramírez Calle y Dña. Virginia Jiménez Campano, instando a la Junta de Castilla y León a elaborar y poner en marcha un programa autonómico de promoción del sueño saludable en la infancia y juventud, con implantación en todos los centros educativos sostenidos con fondos públicos de la Comunidad, para su tramitación ante la Comisión de Educación.*

PRESIDENCIA

La Mesa de las Cortes de Castilla y León, en su reunión de 28 de octubre de 2026, ha admitido a trámite las proposiciones no de ley PNL/000372 a PNL/000396.
De conformidad con el artículo 163 del Reglamento, se ha ordenado su publicación y acordado su tramitación ante las respectivas Comisiones de la Cámara.
Los Grupos Parlamentarios podrán presentar enmiendas hasta seis horas antes del comienzo de la sesión en que dichas proposiciones no de ley hayan de debatirse.
De conformidad con el artículo 64 del Reglamento, se ordena su publicación en el Boletín Oficial de las Cortes de Castilla y León.
En la sede de las Cortes de Castilla y León, a 28 de octubre de 2026.

El Secretario de las Cortes de Castilla y León,
Fdo.: Daniel de la Rosa Villahoz

El Presidente de las Cortes de Castilla y León,
Fdo.: Francisco Javier Vázquez Requero

---

### A LA MESA DE LAS CORTES DE CASTILLA Y LEÓN

Diego Vallejo Martínez, Javier García Martín, María Isabel Fernández Rodríguez, Aída Estrella Paredes García, Sergio García Herrero, Paloma Ramírez Calle y Virginia Jiménez Campano, Procuradores y Procuradoras pertenecientes al GRUPO PARLAMENTARIO SOCIALISTA de las Cortes de Castilla y León, al amparo de lo establecido en los artículos 162 y siguientes del Reglamento de la Cámara, presentan la siguiente PROPOSICIÓN NO DE LEY para su debate y votación ante la Comisión que corresponda.

### ANTECEDENTES

La salud y el bienestar de la infancia y la juventud constituyen una responsabilidad esencial de los poderes públicos. Numerosos estudios científicos han puesto de manifiesto que la calidad y duración del sueño son factores determinantes para el correcto desarrollo

CVE: BOCCL-12-002040

físico, cognitivo, emocional y social de niños, niñas y adolescentes, afectando directamente a aspectos tan relevantes como el rendimiento académico, la capacidad de aprendizaje, la concentración, la regulación emocional, la salud mental y la prevención de problemas de salud a medio y largo plazo.

La evidencia científica disponible señala que la privación continuada de sueño durante la infancia y la adolescencia se asocia con un mayor riesgo de ansiedad, depresión, dificultades de conducta, problemas de atención, fracaso escolar y trastornos de salud física. Del mismo modo, investigaciones recientes han constatado la relación existente entre una menor duración del sueño y alteraciones en el desarrollo cerebral durante la infancia.

En los últimos años, la generalización del uso de dispositivos electrónicos, el incremento del tiempo de exposición a pantallas y los cambios en los hábitos familiares han provocado un deterioro progresivo de los hábitos de descanso de la población infantil y juvenil. Las sociedades científicas especializadas en medicina del sueño vienen alertando de que una parte importante de niños y adolescentes no alcanza las horas mínimas de descanso recomendadas para su edad, lo que constituye un problema de salud pública cada vez más relevante.

Esta realidad adquiere una especial importancia en Castilla y León, Comunidad Autónoma que presenta características demográficas y territoriales singulares. La dispersión poblacional, las dificultades para garantizar determinados servicios en el medio rural y el creciente impacto de los problemas de salud mental en la infancia y la adolescencia hacen necesario reforzar las políticas preventivas y de promoción de hábitos saludables desde edades tempranas.

La Comunidad Autónoma dispone de amplias competencias para desarrollar actuaciones en este ámbito. El Estatuto de Autonomía de Castilla y León atribuye a la Comunidad competencias en materia de promoción de la salud, asistencia sanitaria, educación, protección de menores, juventud y servicios sociales, competencias que permiten impulsar programas integrales destinados a mejorar la salud y el bienestar de la población infantil y juvenil.

Asimismo, la Ley 8/2010, de Ordenación del Sistema de Salud de Castilla y León, establece la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad como principios fundamentales de actuación del sistema sanitario autonómico. Del mismo modo, la normativa educativa y las estrategias autonómicas de salud pública reconocen la importancia de desarrollar acciones preventivas y educativas destinadas a fomentar estilos de vida saludables dentro de los centros educativos.

Sin embargo, en la actualidad Castilla y León carece de un programa autonómico específico destinado a la promoción de hábitos saludables de sueño en la infancia y la adolescencia. Esta ausencia contrasta con el creciente consenso científico que considera el descanso un elemento esencial para la salud, al mismo nivel que la alimentación saludable o la práctica regular de actividad física.

Por ello, resulta necesario que la Junta de Castilla y León adopte un enfoque preventivo e integral, desarrollando una política pública específica que permita sensibilizar a las familias, formar a la comunidad educativa, coordinar los recursos sanitarios y promover hábitos saludables de descanso entre la población infantil y juvenil de la Comunidad.

Por lo expuesto se formula la siguiente

CVE: BOCCL-12-002040

## PROPUESTA DE RESOLUCIÓN

**"Las Cortes de Castilla y León instan a la Junta de Castilla y León a:**

**1. Elaborar y poner en marcha, antes del inicio del próximo curso escolar, un Programa Autonómico de Promoción del Sueño Saludable en la Infancia y la Juventud, coordinado entre las consejerías competentes en materia de Sanidad, Educación, Juventud y Familia, con implantación en todos los centros educativos sostenidos con fondos públicos de la Comunidad.**

**2. Incorporar contenidos específicos sobre higiene del sueño y uso responsable de pantallas dentro de los programas de educación para la salud desarrollados en los centros educativos de Castilla y León, así como elaborar materiales y campañas informativas dirigidas a las familias para fomentar hábitos de descanso saludables.**

**3. Desarrollar un plan de formación para el profesorado, orientadores escolares y profesionales de Atención Primaria, orientado a la detección temprana de trastornos del sueño y a la promoción de hábitos saludables de descanso como herramienta de prevención de problemas de salud mental, emocionales y de aprendizaje.**

**4. Diseñar materiales educativos específicos para las familias, proporcionando información práctica sobre rutinas de descanso, uso de dispositivos electrónicos, horarios saludables y prevención de trastornos del sueño".**

Valladolid, 16 de octubre de 2026.

LOS PROCURADORES Y PROCURADORAS,
Fdo.: Diego Vallejo Martínez, Javier García Martín, María Isabel Fernández Rodríguez, Aída Estrella Paredes García, Sergio García Herrero, Paloma Ramírez Calle y Virginia Jiménez Campano

EL PORTAVOZ,
Fdo.: Carlos Martínez Mínguez


D.L.: VA.564-1984 - ISSN 1134-7864